ETM 3- Modul Entspannungsverfahren Ablauf

1. Struktur geben: Tür aufschließen,
   - die Patienten sollen sich für den ersten Teil hinsetzen.
   - Schüssel aus dem Schlüsselschrank 002 (evtl. für später) mitnehmen
   - Die Pflegekraft stellt sich vor,
2. Anwesenheit,
3. Begrüßung: erklären, dass
   - die Gruppe ein Teil des Konzeptes „Umgang mit Depression“ ist,
   - das Konzept befindet sich in der Aufbauphase
   - *Wer die frühe Abendessens Zeit 17:15Uhr hat darf ggf. schon rausgehen!*
4. Der Ablauf der Sitzung bekannt geben,
   danach die **Durchführung:**
   - ➢ wir werden über die Erfahrungen und Vorerfahrungen sprechen!
   - ➢ die Fragen dazu:
   - Welche Erfahrungen mit Entspannungstechniken liegen vor?
   - neue Erfahrungen in der Klinik?
   - Interesse andere Entspannungstechniken kennenzulernen?
   - ➢ wir tauschen uns über die Körperliche und psychische Veränderungen durch die Entspannung aus- Flipchart Blätter dazu nutzen (Stat.4. blaues Bändchen)
   - ➢ Wann passt welche Entspannungstechnik? Entspannungsverfahren im Vergleich (AB aushändigen.)
   - ➢ Was hindert uns am Entspannen?(AB aushändigen)
5. Vorbereitung auf eine Fantasiereise- je nach Übung- die Pat. dürfen sitzen oder liegen,
   - Hilfsmitteln anbieten,
   - Einleitung und Durchführung,

6. Reflektion,